



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Kahl, Nico

Association: Neustadt/Rennsteig

Dossard: 1523

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Temps total: 57:38

Vitesse: 10.41 km/h

Kilométrage: 5:46 min/km

Place par parcours/Total: 532 (de 618)

Place par parcours/Hommes: 452 (de 500)

Meilleur temps dans le parcours: 31:03

Place par catégorie: 93(de 107)

Meilleur temps dans la catégorie: 34:41

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Runde	2.00	11:18	5:39	89	4:33	422	5:15	2.00	11:18	5:39	41	2:50	199	2:48
Runde	2.00	11:08	5:33	90	4:13	439	5:02	4.00	22:26	5:36	61	5:17	289	10:08
Runde	2.00	11:22	5:41	92	4:17	444	5:08	6.00	33:48	5:37	61	7:56	286	15:16
Runde	2.00	11:47	5:53	90	4:40	446	5:31	8.00	45:35	5:41	61	10:56	286	20:47
Leichtathletikhalle	2.00	12:03	6:01	97	5:15	470	5:52	10.00	57:38	5:45	93	22:57	453	31:10